Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

सदाचार-सोपान।

कोमलमति वालकोंको धर्म्मशिक्षाविषयक पुस्तक।

श्रीभारतधर्म्ममहामण्डल द्वारा प्रकाशित।

तथा महामण्डलके पुस्तक परीक्षक पण्डित
महोदय द्वारा अनुमोदित।

कलेर्गताब्दाः ५००४।

कलकत्ता

बड़ाबाजार नं० ७५ तूलापट्टी
"नारायण यन्त्र" में
श्रीरसिकलाल पानने छापा।

All rights reserved.]

[मूल्य एक आना।

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

श्रीभारतधर्म्ममहामण्डल।

सनातन धर्म्मके अभ्युदय और सद्विद्याके विस्तारके लिये हिन्दू जातिकी यह विराट सभा स्थापित हुई है। सब संप्रदायके आचार्य्य प्रभुगण और बड़े बड़े स्वाधीन नृपतिगण इसके संरक्षक हैं। बंगाल, पञ्जाब, काशी, राजपूताना, मध्यभारत, बम्बई और मद्रास आदि प्रान्तोंके अध्यापक पण्डित महाशयगण इस विराट सभाके धर्म्म व्यवस्थापक हैं। और उन प्रान्तोंके प्रधान प्रधान राजा, महाराजा, विद्वान और गण्यमान्य पुरुषगण इसके प्रतिनिधि हैं। श्रीमथुरापुरीमें इसका प्रधान कार्य्यालय है; और उक्त सब प्रान्तोंमें प्रान्तीय कार्य्यालय है। और अनेकानेक शाखा सभायें, इससे सम्बन्धयुक्त हैं।

शास्त्रप्रचार विभाग।

श्रीभारतधर्म्ममहामण्डलके पांच कार्य्य विभाग हैं यथा,—धर्म्मप्रचार विभाग, धर्म्मालयसंस्कार विभाग, सद्विद्याविस्तार विभाग, पुस्तकसंग्रह विभाग और शास्त्रप्रकाश विभाग। इस पञ्चम शास्त्रप्रकाश विभाग द्वारा धर्म्मशिक्षा विस्तारके अर्थ छोटी व बड़ी संस्कृत और हिन्दी पुस्तकें प्रकाशित की जाती हैं। पुस्तकें प्रकाशित होनेसे पहले पुस्तक परीक्षक पण्डितमण्डली की सम्मति लीजाती है। उसी नियमके अनुसार यह ट्रेक्ट (छोटी पुस्तक) प्रकाशित किया गया है। पुस्तक मिलनेका पता यथा,—

कार्य्याध्यक्ष, पुस्तकालय—

श्रीभारतधर्म्ममहामण्डल प्रधान कार्य्यालय,

मथुरा।

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

श्रीहरिः ।

सदाचार सोपान ।

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

भूमिका ।

इन्दीवरदलश्यामसिन्दिरानन्दकन्दलम् ।
बन्दारुजनमन्दारं बन्देऽहं यदुनन्दनम् ॥

हिन्दू सन्तानोंको बालकपनसे धर्म्मशिक्षा देनेकी रीति पहलेकी भाँति स्थिर न रहना ही वर्त्तमान धर्महानिका एक दृढ़ कारण है। बालकपनमें मस्तिष्कमें जो चित्र खिंच जाता है, वयः प्राप्त होने पर उसी चित्रका आभास मनुष्यके चरित्रमें प्रत्यक्ष होता है। सो धर्म्ममय हिन्दूजीवनकी पुनः प्रतिष्ठाके लिये बालकपनसे ही पुनर्व्वार हिन्दूसन्तानकी धर्म्मशिक्षा होना प्रयोजनीय है। इसी अभिप्रायसे "सदाचार सोपान"की रचना की जाती है। सुकुमार हिन्दूबालकोंको जिस सरल रीति पर धर्म्मकी स्थूल बातोंके सिखानेसे उनके चित्त पर धर्म्मका प्रभाव होना सम्भव है इस पुस्तकमें वही प्रणाली अवलम्बन की गई है। जब हिन्दू पिता, हिन्दू शिक्षक तथा सनातन धर्म्मसभायें इस पुस्तकसे बालकोंको धर्म्मशिक्षाका प्रबन्ध करेंगे तब परिश्रम सार्थक समझा जायगा।

प्रकाशक ।

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

सदाचार सोपान।

(१)

रात्रिके पिछले प्रहरके पिछले अर्द्धभागको ब्राह्म-मुहूर्त्त कहते हैं। इसी ब्राह्ममुहूर्त्त कालमें शय्या त्याग देना उचित है। ब्राह्ममुहूर्त्तमें जागनेके विषयमें वेद और शास्त्रोंमें बहुत ही दृढ़ आज्ञा है। वैद्यक शास्त्रोंमें भी शरीर नीरोग रहनेके लिये इसी कालमें जागना हितकारक लिखा है। इस कारण आर्य्यसन्तानको ब्राह्ममुहूर्त्तमें जागकर निम्नलिखित रीतिसे प्रातः स्मरणीय स्तोत्र पाठ करने चाहियें :—

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

लोकेश चैतन्यमयादिदेव श्रीकान्त विष्णो भवदाज्ञयैव ।
प्रातः समुत्थाय तव प्रियार्थं संसारयात्रामनुवर्त्तयिष्ये ॥

अर्थात् हे लोकेश ! हे चैतन्यमय ! हे आदिदेव ! हे श्रीकान्त ! हे विष्णो ! मैं आपकी आज्ञासे प्रातः कालमें जागकर आपकी प्रसन्नताके अर्थ संसारयात्रामें प्रवृत्त होता हूं ।

(२)

प्रातः स्मरणादि कार्य्य करके माता, पिता, गुरु और सब पूजनीय जनोंको प्रणाम करना आवश्यकीय है । सदाचारके अनुसार प्रणाम करनेके तीन भेद हैं । जब प्रणाम करते समय हाथ जोड़कर सिरको इतना झुका दिया जाय कि सिरका मूल दिखाई देवे तो वह अधम प्रणाम कहाता है । जब पृथ्वी पर घुटने टेककर, मस्तक लगाकर और जोड़े हुए दोनो हाथ धरकर प्रणाम किया जाय तो वह मध्यम प्रणाम कहलाता है । और जब दण्डकी भाँति पृथ्वी पर गिर-

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

कर हाथोंको सीधा करके जोड़ते हुए प्रणाम किया जाता है तो उसको उत्तम प्रणाम कहते हैं।

(३)

प्रातःकालमें शौच * स्नानादिक कर्मोंके अनन्तर (जिनका यज्ञोपवीत संस्कार हो गया है उनको) अवश्य संध्या व देवपूजनादि करना उचित है। संध्या तथा देव पूजनादिके लिये तीन काल कहे गये हैं ; यथा—प्रातःकाल, मध्याह्नकाल और सायंकाल। यदि तीनों समयमें न हो सके तो प्रातःकाल और सायंकालमें तो अवश्य ही संध्यावन्दन और ईश्वर पूजनादि करना उचित है।

---

* प्रातःकालमें लघुबाधा और दीर्घबाधाका त्याग, दन्तधावन स्नानादिक करनेकी विधि समझा दी जावे। और अन्य समय भी लघुशंका त्याग करके जलसे शौच करना आदि शौचक्रियाका ढंग अवश्य बता देना चाहिये।

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

(४)

सब धर्म सम्प्रदायोंके मूल रूपी स्वतः पूर्ण धर्म सिद्धान्तको सनातन धर्म कहते हैं। सनातन धर्म सर्व्वजीव हितकारी है। इस धर्ममार्गके बहु अङ्ग हैं; जिनमेंसे यज्ञ सबसे मुख्य और आवश्यकीय है। यज्ञ शब्द धर्मवाचक होने पर भी धर्मोन्नतिके अर्थ विधिवत् त्यागको यज्ञ कहते हैं। अर्थात् ईश्वरकी प्रसन्नताके अर्थ पदार्थोंका शास्त्रानुसार त्याग करनेसे यज्ञ साधन होता है। यज्ञ बहु प्रकारके हैं, जिनमेंसे सर्व प्रधान होनेके कारण पञ्चमहायज्ञ श्रेष्ठ है। पञ्च-महायज्ञ यथा,—वेद और वेदसम्मत शास्त्रोंको विधि-पूर्वक (अर्थ समझते हुए) पाठ करनेसे ब्रह्मयज्ञ। ईश्वर और देवताओंके उद्देश्यसे हवन करनेसे देव-यज्ञ। इतर प्राणियोंके कल्याणार्थ बलि देनेसे भूत-यज्ञ। पितरोंकी तृप्तिके अर्थ अन्नादि दान तथा तर्पणसे पितृयज्ञ। और घर पर आये हुए अतिथिकी

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

श्रद्धापूर्वक सेवा करनेसे नृयज्ञका साधन होता है। पञ्चमहायज्ञका साधन करना गृहस्थका अवश्य कर्त्तव्य है।

(५)

सनातनधर्मके रहस्य प्रकाशक चार वेद हैं। उनके नाम ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद और अथर्ववेद हैं। मूलरूपसे ये वेद हैं और उन्हीं वेदवृक्षोंकी शाखारूपसे वेदाङ्ग, वेदोपाङ्ग, स्मृति पुराणादि शास्त्र हैं। हमारे वेद और शास्त्रोंका विस्तार बहुत अधिक है। किसी अन्य जातिकी धर्मपुस्तकका इतना विस्तार न कभी हुआ है और न होगा। यद्यपि हमारे वेद और शास्त्रोंमेंसे बहुतसा अंश नष्ट और लुप्त होगया है तथापि अबतक भी जितना अंश पाया जाता है उसकी तुलना और किसी उपधर्मकी पुस्तकोंके साथ हो ही नहीं सकती। यूरोपके विद्वानोंको जितना हमारे शास्त्रोंका रहस्य विदित होता जाता है वे उतने ही

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

चकित होकर उन शास्त्रोंके पक्षपाती होते जाते हैं।

(६)

सनातनधर्ममें जगत्कर्त्ता ईश्वरको अनादि, अनन्त, सनातन, सर्व्वव्यापक, सर्व्वशक्तिमान, सच्चिदानन्दरूप और अद्वितीय कहके वर्णन किया है। उनके निराकार और अतिन्द्रियरूपका नाम ब्रह्म, परमात्मा और परमेश्वर आदि हैं। और जब वे जीवोंके कल्याणार्थ साकाररूपको धारण करते हैं तो उनको साकार उपासनाके अनुसार पांच भेद माने गये हैं। यथा—विष्णु, सूर्य्य, शक्ति, गणेश और शिव। ये पांच भाव उस एक ही परमात्माके हैं। केवल उपासक संप्रदायके भेदसे तथा उपासकोंकी प्रवृत्ति और प्रकृतिके भेदसे इस प्रकार पञ्चभेदोंकी सृष्टि हुई है। तदतिरिक्त श्रीपरमात्माकी अनन्त शक्तियोंके विचारसे सृष्टि स्थिति वा लय सम्बन्धीय नाना कार्य्य करनेके लिये उनके ही अंग रूपसे अनेकानेक देव देवी

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

माने गये हैं। उनके नाम यथा—इन्द्र, कुवेर, वरुण, रुद्र, इंद्राणी, रुद्राणी, सरस्वती आदि।

(७)

सनातन धर्म्मके अनुसार देवमन्दिर और तीर्थ अति पवित्र स्थान माने गये हैं। इन पवित्र स्थानोंमें शरीर और मनको शुद्ध रखकर जाना उचित है। जब तक किसी देवमन्दिरके बीच अथवा किसी तीर्थ-स्थल पर रहना होवे तब तक मनको वैषयिक चिन्ता तथा अन्य पाप चिन्ताओंसे रहित करना उचित है। देवमन्दिर चाहे किसी देवताका होवे उस देवताको अद्वितीय परमात्माका स्वरूप समझकर भक्ति-पूर्वक दर्शन प्रणामादि करना उचित है। उसी प्रकारसे तीर्थस्थानोंको भी श्रीभगवानकी पवित्रकारिणी शक्तिका स्थल समझकर उनपर श्रद्धा करनी उचित है।

(८)

जिस प्रकार देवता समूह श्रीपरमात्माके अंश

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

रूप हैं उसी प्रकारसे ज्ञान विस्तार और जीवको मुक्तिमार्गमें अग्रसर करानेके लिये महर्षिगण भी परमात्माके अंश हैं। जिस प्रकार देवता नित्य हैं उसी प्रकारसे व्यासदेव वशिष्टदेव आदि महर्षि भी नित्य हैं। जिन जिन देवताओंके नाम शास्त्रोंमें पाये जाते हों उन पर तो सनातनधर्मियोंकी श्रद्धा होनी ही चाहिये; और साथ ही जिन जिन पूज्यपाद महर्षिगणोंके नाम शास्त्रोंमें प्रकाशित हैं उन पर भी साधकको पूर्णभक्ति करनी उचित है।

(६)

सर्व शक्तिमान् श्रीपरमात्मा जब अपनी अलौकिक शक्तिसे इस जगत्की रक्षाके लिये कोई बड़ा कार्य्य करना चाहते हैं तभी वे युग युगमें अवतार धारण करके धर्म्मकी रक्षा और अधर्मका नाश किया करते हैं। श्रीभगवान विष्णुके मुख्य दश अवतारोंका वर्णन शास्त्रोंमें पाया जाता है। श्रीभगवानकी न्याईं उनके

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

अवतारों पर भी धार्मिकगणोंकी श्रद्धा होनी चाहिये। कलाभेदसे अवतारोंके अधिकारोंमें भी भेद माना गया है। भगवानके अवतारोंकी न्याईं देवताओं तथा ऋषिगणोंके भी अवतार हुआ करते हैं। और कार्य्यशक्तिके अनुसार अवतारोंके भी बहुत प्रकारके भेद हैं। यथा—पूर्णावतार, अंशावतार, विभूत्यावतार, आवेशावतार आदि।

(१०)

संग्रह भगवान् तथा उनके ऊपर लिखित अंशोंकी भक्ति जिस प्रकार करनी चाहिये उसी प्रकार पिता माता और उनके तुल्य गुरु जनोंकी भी भक्ति करनी उचित है। पिता माताको साक्षात् देवतारूप समझना चाहिये। और जब वे निकट होवें तो हाथ जोड़कर खड़े हो जाना चाहिये और जबतक वे आज्ञा न देवें तबतक आसन ग्रहण करना नहीं चाहिये। हर प्रकारसे पिता माताकी सेवा करना सुपुत्रका प्रधान धर्म है।

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

(११)

विद्याकी प्राप्ति करने, भगवान्‌में भक्ति करने और शास्त्रोंके अनुसार अपने आचरणोंके सुधारनेसे पुण्यकी प्राप्ति होती है। ईश्वरकी आज्ञा वेद और शास्त्रोंमें प्रकाशित है। उनकी आज्ञाके अनुसार चलने पर पुण्य होता है और उससे विपरीत चलने पर पाप होता है। पुण्यसे सुख और पापसे दुःख मिलता है। श्रेष्ठ पुरुषोंको सदा मन वचन शरीर द्वारा पुण्यकर्म करना उचित है। पापियोंके कुसंगसे अपनेको सब प्रकारसे बचाना चाहिये। पुण्यात्मा पुरुषोंसे मिलता बढ़ानी चाहिये। सुखी पुरुषोंके सुखको देखकर प्रसन्न और सुखी होना चाहिये। और पापके फल भोगनेवाले दुःखी जीवोंको देखकर उनपर दया करनी चाहिये। दया सबसे उत्तम पुण्य कर्म्म है।

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

(१२)

मनुष्य जो जो कर्म अपने शरीर और मन द्वारा करता है वह नष्ट नहीं होता। उत्तम कर्मका उत्तम फल और निकृष्ट कर्मका निकृष्ट फल मनुष्यको इस जन्म वा जन्मान्तरमें अवश्य भोगना पड़ता है। ऐसे शारीरिक और मानसिक कर्म्मोंका जो कुछ चिन्ह बीज रूपसे अन्तःकरणमें रह जाता है उसको संस्कार कहते हैं। मनुष्यगणोंको सदा उत्तम संस्कारोंका संग्रह करना उचित है। इसी कारण जिन सोलह वैदिक कर्म्मोंके द्वारा द्विजगण अपने उत्तम अधिकारोंको प्राप्त कर सकते हैं उनको षोड़श संस्कार कहते हैं। यथा गर्भाधान, पुंसवन, सीमन्तोन्नयन, चूड़ाकरण उपनयन आदि।

(१३)

ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य और शूद्र, ये चार वर्ण हैं। ब्रह्मचर्य्य, गार्हस्थ्य, वानप्रस्थ और संन्यास;

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

ये चार आश्रम कहलाते हैं। इन चारों वर्ण और चारो आश्रमोंके सदाचारोंको वर्णाश्रम धर्म कहते हैं। अपने अपने वर्ण और अपने अपने आश्रमके अनुसार धर्मोंका पालन करनेसे मनुष्योंका सब प्रकारसे कल्याण होता है। सनातन धर्मका वर्णाश्रम धर्म एक प्रधान अंग है।

(१४)

इष्ट उपासनाके विषयमें तीन अंग प्रधान हैं यथा—स्तुति जप और ध्यान। श्रीभगवान्के गुणगान करनेको स्तुति कहते हैं। उनके नाम अथवा बीजमंत्रको बार बार मन अथवा जिह्वा द्वारा उच्चारण करनेको जप कहते हैं। और उनके रूपके मनन करनेको ध्यान कहते हैं। उत्तरोत्तर इन साधनोंका अभ्यास करना उचित है। तिलक भस्मादि धारण करना उपासनाका चिह्न है। तिलक धारण करते समय ऐसी भावना करनी चाहिये कि तिलक करनेका द्रव्य इष्टदेवका

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

पदरज है। अपने अपने सम्प्रदायके अनुसार ध्यानादिक करना और तिलक लगाना सबका कर्त्तव्य है।

(१५)

पुण्यजनक किसी नियम पालनको व्रत कहते हैं। सनातन धर्ममें जितने प्रकारके उत्तम उत्तम व्रतोंका वर्णन है उनमें ब्रह्मचर्य्य व्रत सबसे उत्तम है। और विशेषतः विद्यार्थियोंके लिये ब्रह्मचर्य्य इससे अधिक और कोई उत्तम धर्म नहीं है। मन और शरीर द्वारा सब कालमें पूर्णरूपसे स्त्रीके त्याग देनेसे और पूर्णरूपसे वीर्य्यकी रक्षा करनेसे ब्रह्मचर्य्य व्रतका साधन होता है। जब तक विद्यार्थी अपने विद्याभ्यासकी दशामें रहे तबतक उसको ब्रह्मचर्य्य व्रतका पूर्णरूपसे पालन करना उचित है। वेदोंमें आज्ञा है कि विद्यार्थीको क्रोध, स्त्रीसहवास, रूप बनाना, सुगंध अंजनादि धारण करना प्रभृति भोगकार्य्य पूर्णरूपसे त्याग करके एकमात्र गुरुकी सेवा

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection

Digitized by Sarayu Trust Foundation Delhi and eGangotri.

करते हुए ब्रह्मचर्य्यव्रतका पालन करना उचित है। बिना ब्रह्मचर्य्यव्रतके पालन किये न विद्या, न बल, न ईश्वरकृपा किसीको भी प्राप्ति नहीं होती। और एक-मात्र इस व्रतके पालन करते ही विद्यार्थीको अनन्त-पुण्यके साथ ही साथ सब मनोरथ प्राप्त हो जाते हैं।

भजिले मन राम राम
राम राम रामा।
राम नाम वेद मूल
भजत नशत त्रिविध शूल
छूटत भव ग्रामा।
राम नाम कमल फूल
सन्तन मन भँवर तूल
पीवत रस झूल झूल
अमृत अनुपामा।
राम नाम ओंकार
तुलसीके नमस्कार
दीजै प्रभु भक्ति सार
पल पल परिणामा।

CC0. In Public Domain Kirtikant Sharma Najafgarh Delhi Collection